வைத்துள்ளான். தீய குணங்கள் அவனை நெருங்குவதில்லை, ஏனெனில் பகவான் ஒருவனே ஸ்வதந்திரன் மற்றும் அசிந்த்ய சக்தியுள்ளவன். ஆகவே அவன் குணபூர்ணன். இது 'ஓம்' என்பதன் இன்னொரு பொருள். "ஓம்" காரத்தைப் பற்றி மேலும் அறிய வேதாகமங்களைப் பார்க்க வேண்டும்.

அத்தியாயம் - 8

காயத்ரீ ஸப்தார்த்த விசாரம்

ப்ராணாயாமம் செய்த பிறகு, அர்கயம் கொடுப்பதற்கு முன், மார்ஜன மந்த்திரத்தினால் மேலும் தேகத்தை சுத்தி செய்ய வேண்டும். அர்க்யப் பிரதானத்திற்குப் பிறகு காயத்ரீ ஜபம் செய்வதற்கு முன் ஆஸன சுத்தி மற்றும் பூதோச்சோடனம் செய்து பூபிரார்தனை, அங்கந்யாஸ, கரன்யாஸ, நாராயணத்யானம் மற்றும் காயத்ரீ ஆவாஹனம் செய்து, காயத்ரீ ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

காயத்ரீ மந்திரத்தின் பொருள்:

"ஓம் பூ$_4$ர்பு$_4$வஸ்ஸுவ : த$_1$த்$_1$ஸவிது$_1$ர் வரேண்யம் |
பர்கே$_3$ா தே$_3$வஸ்ய தீ$_4$மஹி தியோயோநப்ரசே$_1$ாத$_3$யாத்$_1$ || "

ஓம் - எல்லா நற்குணங்களும் பூர்ணமாக கொண்ட ப்ரஹ்மா = நாராயணா = விஷ்ணுவைக் குறிக்க வேதமிட்ட பெயர்

பூ$_4$:	-	எக்காலத்திலும் நித்யமானவர்
பு$_4$வ:	-	ப்ரபஞ்சத்தை ஸருஷ்டி செய்பவர்
ஸுவ:	-	ஆனந்தத்தால் நிறைந்தவர்
ய:	-	யார்
ந:	-	நமக்கு
தி^{4}ய:	-	புத்தியை தர்ம மார்கத்தை ஞானத்தை
ப்ரசோதயாத்	-	தூண்டுகிறாரோ
த$_1$த்$_1$	-	அந்த எங்கும் நிறைந்த
ஸவிது$_1$:	-	சிருஷ்டியிலிருந்து, முக்தி வரையில் காரணாயிருக்கும் அந்த ஸவிதா
தே$_3$வஸ்ய	-	உள்நோக்கமில்லாமல் எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாய் இருக்கும் தேவனின்

வரேண்யம் - சஜ்ஜனங்களால் எப்பொழுதும் வணங்கப்படும்

ப$_4$ர்க$_3$: - ப்ரபஞ்சத்தைச் செயலாற்றுவதற்குக் காரணமான அந்த தேஜோ (ஒளி) மயமான ரூபத்தை

தீ$_4$மஹி - (நாங்கள்) த்யானம் செய்கிறோம்

எல்லாக் காலங்களிலும் எங்கும் வியாபித்து இருப்பவனும் தர்ம மார்கத்தில் நம் புத்தியையும் செயலையும் ஈடுபடுத்துபவனும் சிருஷ்டி ஸ்திதி முதலிய எட்டு க்ரியைகளுக்குக் காரணமானவனும் பயன் கருதாது எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்புடன் (விளையாட்டைப் போல) இருப்பவனும், ஞானிகளாலும், சத்ஜனங்களாலும் பூஜிக்கப்படுபவனும், ப்ரபஞ்சத்தைக் காப்பாற்றி அதை செயல்படுத்துபவனும், நித்யமானவனும், ஆனந்த ஸ்வரூபனும், 'ஓம்' என்ற எழுத்தால் அறியப்படுபவனும், சூரியனின் அந்தர்யாமியாய் இருப்பவனும் ஆகிய பகவான் நாராயணனை நாங்கள் வணங்குகிறோம் / த்யானம் செய்கிறோம் என்பது காயத்ரீ மந்திரத்திற்குப் பொதுவான பொருளாகும்.

வேதவ்யாஸ பகவான் காய்த்ரீயின் பொருளை இவ்வாறு விளக்குகிறார் :

'யோ தே$_3$வ : ஸவித$_1$ா Sஸ்மாக$_1$ம் தி$_4$யோ த$_4$ர்மாதி$_3$கோ$_3$சரா :|
ப்ரேரயேத்தஸ்ய ப$_4$ர்க$_3$ஸ்ய தத்$_3$வரேண்யமுபாஸ்மஹே' ||
(வ்யாஸ)

பொருள் : ஞானிகளால் பூஜிக்கப்படுபவனும் நம்முள் தர் மார்கத்தையும், ஞானத்தையும் பிரேரணை செய்பவனும், சிருஷ்டி, ஸ்திதி முதலிய செயல்களுக்குக் காரணமானவனும், சூரியனின் அந்தர்கதனும் ஆகிய அந்த பகவான் நாராயணனை நாம் த்யானம் செய்கிறோம்.

மத்வாச்சார்யர் தமது ரிக்பாஷ்யத்தில் காயத்ரீயின் பொருளை கூறுகிறார்

'ஓமஶேஷகு$_3$ணாத$_4$ார இதி நாராயணோப்யஸௌ |
பூ$_1$ர்ணோ பூ$_4$திவரோனந்த$_1$ஸுகோவ்யாஹ்ரிதிரீரித: |
கு$_3$ணைஸ்தத: ப்ரஸவிதா வரணீயோ கு$_3$ணோன்னதே$_1$: |
பா-ரதி-ஜ்ஞானரூபத்வாத் ப$_4$ர்கோ த்$_4$யோ - Sகி$_2$லைர்ஜனை: |
ப்ரேரகே$_1$ா Sஶேஷபு$_3$த்$_3$தீ$_4$னாம் ஸ க$_3$ாயத்ர்யா$_2$த ஈரித: ||
(ருக்$_3$ப$_4$ாஷ்யம்)

பொருள் : எல்லா நற்குணங்களின் இருப்பிடம் பகவான் நாராயணன். அற்புதமான குறைவற்ற ஆனந்தத்தில் நிறைந்தவன். ப்ரபஞ்சத்தை சிருஷ்டித்துக் காப்பதனால் வணங்கப்படுபவன். அதிக ப்ரகாசமாயுள்ளவன். லீலாவினோதன். ப்ரபஞ்சத்தைக் காப்பாற்றி செயலுறச் செய்பவன். எல்லோரிடத்திலும் ஞானத்தையும் செயலையும் தூண்டுபவன். சூரியனின் அந்தர்யாமியாய் இருக்கும் இப்பேர்பட்ட பகவான் நாராயணனை நாம் த்யானிக்கிறோம்.

காய்த்ரீ ஜபம் செய்யும் பொழுது இம்மாதிரியான அனுசந்தானம் (ஸ்மரணை) செய்தால் போதுமானது.

சூர்யனில் இருக்கும் நாராயணனை ஏன் தியானம் செய்ய வேண்டும் ?

ஸந்தியோபாஸனையின் பொழுது எந்த ரூபத்தை த்யானிக்க வேண்டும் என்பது ஶ்ருதி. ஸ்ம்ருதிகளினால் அறியப்படுகிறது.

ஆதி$_3$த்யாந்த$_1$ர்க$_3$தம் யச்ச ஜ்யோதிஷாம் ஜ்யோதிருத்தமம் |
ஹ்ருத$_3$யே ஸர்வபூ$_4$த$_1$ானாம் ஜீவபூ$_4$த$_1$ம் ஸ தி$_1$ஷ்ட$_2$தி$_1$ ||
ஹ்ருத்$_4$யோம்னி தபதி ஹ்யேஷ பா$_3$ஹ்யஸூர்யஸ்ய சாந்த$_1$ரே |
அக்$_3$னௌ வா தூ$_4$மகேதோஶ்ச ஜ்யோதிஶ்சித்ரகரம் ஜக$_3$த் ||

பொருள் : ப்ரபஞ்சத்தில் ஒளிமயமானவற்றில் மிகவும் பிரசித்தமானது சூரியன். தன்னுடைய பிரத்யேகமான சக்தியை சூர்யனுக்கு அளித்திருப்பதாய் பகவான் கிருஷ்ணன் கீதையில் கூறியிருக்கிறான். பகவான் சூரியனுள் உறைபவன் மட்டுமன்றி அவன் சூர்யனுள் இருக்கும் ஜோதி என்ற பெயரால் அழைக்கப்படுகிறான். சூர்யனுள் இருக்கும் ஜோதி, பகவான் நாராயணனே. அந்த ஜோதி அணு அளவில் எல்லோருடை ஹ்ருதயத்திலும் உள்ளது. ஹ்ருதயத்தில் பிரகாசித்துக் கொண்டு நமக்கு ஞானத்தை (புத்தி) அளிக்கிறது. இருட்டை போக்கடிப்பதில் ஒரு மிகச் சிறந்த சின்னமாகவும், எளிதில் அறிந்து கொள்வதாகவும் சூர்யனின் ரூபம் சொல்லப்பட்டுள்ளது. ஒளியைக் கொடுத்து எல்லாவற்றையும் அறிய வைத்து, எல்லோரையும் செயலுறச் செய்கிறது. அந்த பகவான் நாராயணனே நட்சத்ரங்களிலும், வால் நட்சத்திரங்களிலும், விண் கல்லிலும் பல வித வண்ணங்களில் உள்ளான்.

மேலும்

' ப்ராணினாம் ஹ்ருத$_3$யே ஜீவரூபத$_1$யா ய ஏவ ப$_4$ர்க$_3$ஸ்திஷ்ட$_2$தி |
ஸ ஏவ ஆகாஶே ஆதி$_3$த்யமத்$_4$யே புருஷரூபதயா வித்$_3$யதே ||

— யாஜ்ஞவல்க்யஸம்ஹிதா

பொருள் : ஜீவன் என்று சொல்லப்படுகின்ற ஒவ்வொரு உயிரின் ஹ்ருதயத்திலுமிருக்கும் ஆத்மாவினுள் பகவான் உறைகிறான். அவன் 'ப$_4$ர்க:' என்றும் அழைக்கப்பட்டு, செயலின் தூண்டுதலுக்கும், காப்பாற்றுவதற்கும் காரணமாகிறான்.

' பூ$_1$ஷன்னேக$_1$ர்ஷே யமஸூர்யப்ராஜாபத்$_1$ய வ்யூஹரஸ்மீன் ஸமூஹ |
தே$_1$ஜோ யத்தே$_1$ ரூபம் கல்யாணதமம் தத்தே$_1$ பஶ்யாமி ||

— ஈஶாவஸ்ய உப.

பொருள் : யமன், சூரியன், ப்ரஜாபதி போன்ற தேவதைகளைக் காட்டிலும் மிகுந்த காந்தியை (ஒளியை) உடைய பகவான் நாராயணனின் ரூபத்தை நான் தியானிக்கிறேன்.

' ஆதி$_3$த்யானாம் அஹம் விஷ்ணு :
ஜ்யோதி$_1$ஷாம் ரவிரம்ஶுமான் '

— கீதா

பொருள் : பன்னிரண்டு ஆதித்யர்களின் ஶக்தியின் மூலம் நான்; அவர்களில் ஒருவனான விஷ்ணு நானே. ஒளி மிகுந்து இருக்கும் பொருள்களில் சூரியனுள் நான் இருக்கிறேன் என்று க்ருஷ்ண பரமாத்மா கீதையில் கூறியுள்ளான்.

' ப்ரத$_2$மம் மஹத: ஸ்ரஷ்டு : த்$_3$விதீ$_1$யம் அண்ட$_3$ஸம்ஸ்தி$_2$த$_1$ம் |
த்ருதீ$_1$யம் தே$_3$ஹினாம் தே$_3$ஹே புருஷத்ரயமுத$_3$ாஹ்ருத$_1$ம் ||

— ஶ்ரீமத்$_3$ ப$_4$ாக$_3$வதம்

பொருள் : ப்ரபஞ்சத்தின் வெளியில் சிருஷ்டி செய்யப்பட்ட மஹத்தத்வத் (சதுர்முகப்ரம்மன்) திற்குக் காரணமாய் இருந்த நாராயணனின் / ப்ரஹ்மனின் ரூபமே முதல் ரூபம். ப்ரபஞ்சத்தின் மத்தியிலிருக்கும் சூரியனே அவனின் இரண்டாவது ரூபம். ஒவ்வொரு ஜீவனுள் இருக்கும் ரூபமே மூன்றாவது ரூபம். இம்மூன்றில் எல்லோருக்கும் மிகவும் பரிச்சயமான பகவானின் ரூபம் சூரியன் என்பதால் சந்தியோபாசனையில் சூரியனில் ரூபம் த்யானத்திற்காக குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

காயத்ரீயின் சில சிறப்பம்ஸங்கள்

'அக$_1$ாரேணாகி$_2$லாதி$_4$க்$_1$யம் உகாரேண கு$_3$ணோச்யதா |
மகாரேணாமிதத்வம் து தாரார்தே$_2$ா - வேத$_3$போ$_3$த$_4$க$_1$:||

பொருள் : 'அ' காரம் என்றால் 'எல்லாவற்றைக் காட்டிலும் உயர்ந்தது'. 'உ' காரம் என்றால் 'குண பூர்ணமாய் இருப்பது.

'ம' காரம் என்றால் அளவிடப்பட முடியாதது.'

இந்த மூன்றும் சேர்ந்தது 'ஓம்'. இதன் ஒரு பெயர் 'தார:'. இது வேதங்களின் பொருளைச்சுருக்கமாகக் கூறுகிறது.

'ஓம்' என்பதில் எட்டு பாகங்கள் உள்ளன. ஒவ்வொரு பாகத்தையும் நிர்வகிக்கும் பகவத் ரூபம் சாஸ்திரங்களிலிருந்து தெரிய வருகிறது.

'அ' காரம் (A) -- விஶ்வ, க்ருஷ்ண

'உ' காரம் (U) -- தைஜஸ, ராம

'ம' காரம் (M) -- ப்ராஜ்ஞ, நரஸிம்ஹ

நாத$_3$ம் -- துரீய, வராஹ

பி$_3$ந்து$_3$ --ஆத்மா, விஷ்ணு

கோ$_4$ஷம் -- அந்தராத்மா, பரஞ்ஜோதி

ஶாந்த -- பரமாத்மா, ப்ரஹ்ம

அதிஶாந்த -- ஜ்ஞானாத்மா, வாஸுதேவ

காயத்ரீ மந்திரத்தின் நான்கு பாகங்களும் அவற்றை நிர்வகிக்கும் பகவத்ரூபங்களும் கீழே தரப்பட்டுள்ளன :-

'தத்ஸவிதுர் வரேண்யம் ' -- ஶாந்திபதி அநிருத்தன்

'ப$_4$ர்கே$_3$ா தே$_3$வஸ்ய தீ$_4$மஹி ' -- க்ருதிபதி ப்ரத்யும்னன்

'தி$_3$யோயோ ந: ப்ரசோ$_1$த$_3$யாத்' -- ஜயாபதி ஶங்கர்பஷணன்

'ஓம்' --- - -- - - - மாயாபதி வாஸுதே$_3$வன்

24 எழுத்துக்களைக் கொண்ட காயத்ரீயின் பகவத் ரூபங்கள் வருமாறு :

தத்	--	கேஶவ:
ஸ	--	நாராயண:
வி	--	மாத$_4$வ:
து:	--	கோவிந்த$_3$:
வ	--	விஷ்ணு:
ரே	--	மது$_4$ஸூத$_3$ன:
ணி	--	த்ரிவிக்ரம:
யம்	--	வாமன:
ப$_4$	--	ஶ்ரீத$_4$ர:
ர்கே$_3$ா	--	ஹ்ருஷீகேஶ:
தே$_3$	--	பத்$_3$மநாப$_4$:
வ	--	தா$_3$மோத$_3$ர:
ஸ்ய	--	ஸங்கர்ஷண:
தீ$_4$	--	வாஸு$_3$தே$_3$வ:
ம	--	ப்ரத்$_4$யும்ன:
ஹி	--	அனிருத்$_3$த$_4$:
தி$_4$	--	புருஷோத்தம:
யோ	--	அதோ$_4$க்ஷஜ:
யோ	--	நாரஸிம்ஹ:
ன :	--	அச்யுத:
ப்ர	--	ஜனார்த$_3$ன:
சோ$_1$ா	--	உபேந்த்$_3$ர:
த$_3$	--	ஹரி:
யாத்	--	ஶ்ரீக்ருஷ்ண:

'வேத$_3$மாதா து கா$_3$யத்ரீ த்$_3$விகு$_3$ணா த்$_3$வா$_3$தஶாக்ஷராத் |

சது$_1$ர்விம்ஶதி$_1$ மூர்த்$_1$தயோஸ்யா: கதி$_2$தா$_1$ வர்ணதே$_3$வதா$_1$: ||

— தந்த்ரஸார

ஶ்ரீ மத்வாச்சார்யார் தமது தந்த்ரஸார க்ரந்தத்தில் காயத்ரீ 24 அக்ஷரங்களைக் கொண்டது என்றும், அவைகள் காயத்ரீயானது வேதங்களின் மாதா என்றும் கூறியுள்ளார். கேசவ முதல் ஶ்ரீக்ருஷ்ண வரையில் பகவத் ரூபங்கள் அவைகளின் தேவதைகள் என்றும் உபாஸனை செய்ய வேண்டும். இதைப் பற்றி விவரிக்கும் 'காயத்ரீ' வர்ண மாலா ஸ்தோத்திரம் அத்தியாயம் 11 இல் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

எல்லா வேதங்களின் ரகசியம் "ஓம்" காரத்தில் அடங்கியிருக்கிறது. இந்த 'ஓம்' காரத்தின் அர்த்தத்தை பூ : புவ : ஸ்வ : எனும் வ்யாஹ்ருதி மந்திரங்கள் கூறுகின்றன. இந்த வ்யாஹ்ருதி மந்திரங்களில் அடங்கிய

பொருளை த்ரிபாத காயத்ரீ விவரிக்கிறது. இந்த காயத்ரீயின் மூன்று பாதங்களின் அர்த்தத்தைப் புருஷ ஸூக்தத்தின் மூன்று வர்கங்கள் தெளிவாக்குகின்றன. இந்தப் புருஷ ஸூக்தத்தின் மூன்று வர்கங்களின் அர்த்தத்தை மூன்று வேதங்கள் விரிவாகச் சொல்கின்றன. அனைத்து வேதங்களின் பொருள் ஓம் காரத்திலும் மற்றும் வ்யாஹ்ருதிகளிலும் அடங்கியிருந்த போதும் இவைகளின் அர்த்தங்களை சாமான்ய ஜனங்கள் அறிந்துகொள்ளல் சாத்தியமல்ல; புருஷசூக்தத்தை ஜபிப்பதும் சாத்யமல்ல. வேதங்களை ஜபிப்பது பொது மனிதருக்கு முடியாத காரியமென்றே சொல்ல வேண்டும். அதனால் மிக சுருக்கியதும், மிக விரிவானதும் ஆகாமல் நன்கு போதனை செய்யும் காயத்ரீ மந்திரத்தை ஜபிக்கச் சொல்லியிருக்கிறார்கள். இக்காரணத்தினாலேயே காயத்ரீ மந்திர ஜபத்தால் அனைத்து வேத பாராயணம் செய்தால் வரவேண்டிய பலன் வருமென்று பல ப்ரமாணங்கள் சொல்கின்றன. காயத்ரீ ஜபத்தை மிக அன்புடன் செய்ய வேண்டும். அன்பின்றி, மந்திரத்தின் பொருளின் சிந்தனையில்லாமல் ஆயிரக்கணக்கான காயத்ரீ ஜபம் செய்வதைக் காட்டிலும் 10 காயத்ரீ ஜபத்தை மிக அன்புடன், அதிவிஶ்வாஸத்துடன் செய்வது சிறந்தது. ஏனென்றால் பாவனையின் பாரம் இருக்கும் வரை மந்திரத்தின் சித்தி கிட்டும். "யாத்$_{3}$ருஶா ப$_{4}$ாவனா மந்த்$_{1}$ரே ஸித்$_{3}$தி$_{4}$ர்ப$_{4}$வதி த$_{1}$ாத்$_{3}$ருஶா" எனும் சொல் மேலே சொன்ன உண்மையைச் சொல்கிறது. நம் பண்டைக் காலத்து ருஷிகள் நாம் நாள்தோறும் ஜபிக்கும் காயத்ரீ மந்திரத்தையே ஜபித்துக் கொண்டிருந்ததனாலேயே அவர்களுக்கு மந்திர ஸித்தி (முடிவு) பெற்று சாபம் தருவது, அனுக்கிரகம் (தயை) செய்வது முதலியவற்றில் சாமர்த்தியம் அவர்களிடம் உண்டாயிற்று.

நமக்கு இவைகளுக்குள் எதுவும் சாத்தியமாகாமலிருப்பதற்குக் காரணமென்னவென்றால் நமக்கு மந்திரத்தில் நம்பிக்கையில்லாமை, மந்திரத்தின் அர்த்தத்தின் அஜ்ஞானம் (அறிவின்மை) என்றே சொல்ல வேண்டியிருக்கிறது.

"ஜகாரோ ஜன்மவிச்சே$_{2}$த : பகார : பாபநாஶக: |
தஸ்மாத் ஜப இதி ப்ரோக்தோ ஜன்மபாபவினாஶக: ||

ஒரே மந்திரத்தைத் திருப்பித் திருப்பிச் சொல்வது முழுவதும் பயனற்றது என்று சிலர் சொல்வதுண்டு. ஆனால் அதில் நியாயமில்லை. ஒரு புகழ்பெற்ற வித்துவான் ஜபத்தின் விஷயத்தில் கீழ்வருமாறு சொல்லியிருக்கிறார் :–

ஜபம் என்பது சில சொற்களைச் சஞ்சலமில்லாமல் கூறியது கூறல். திருப்பித் திருப்பிச் சொல்வது பயனற்றது என்று தோன்றலாம். ஆனால் அது நியாயமல்ல. திருப்பித் திருப்பிச் சொல்வதே பிரக்ஞையின் ஒரு நிலையில் முழு மனமும் ஈடுபட்டு இன்பத்தின் (பரவசம்) எல்லைக்குக் கொண்டு செல்கிறது (துரீய நிலை). பிரசித்தி பெற்ற கவிஞன் ஆல்ப்ரெட் டென்னிஸன் அந்த நிலையை அடைய அவர் பெயரையே (ஆல்ப்ரெட், ஆல்ப்ரெட்) என்று பல தடவை உச்சரித்துக் கொண்டேயிருப்பராம்.

ஜபத்தின் முழு பலன் நமக்குக் கிடைக்க வேண்டுமானால் கீழ்க்கண்ட ஶ்லோகத்தில் சொன்ன குணங்கள் நம்மில் இருக்க வேண்டும்.

"மன : ப்ரஹர்ஷணம் ஶௌசம், மௌனம் மந்த்ரார்த$_{2}$சிந்தனம் |
அவ்யக்ரத்வமனாலஸ்யம் ஜபஸம்பத்திஹேதவ:"||

ஜபம் செய்வதற்கு முன் மனதில் நல்ல ஆவல் இருக்க வேண்டும். மனது வெறுக்கும் சிந்தனைகளுக்கு இடமளிக்கக் கூடாது. மந்திரத்தின் பொருளைச் சிந்தித்தல் வேண்டும். புத்தியும் ஒரே மனதுடையதாயிருக்க வேண்டும். தேகத்தில் சுறுசுறுப்பு இருக்க வேண்டும். மேல் சொன்ன குணங்கள் படைத்தவன் ஜபம் செய்தால் முழுமையைத் தரும்.

ஜபம் செய்யும் பொழுது கண்ணும் கருத்துமாயிருக்க வேண்டும். சில நியமங்கள் : (கட்டுப்பாடு)

(1) பிரம்மச்சாரிகளும் மற்றும் க்ருஹஸ்தாஶ்ரமிகளும் தொடக்கத்தில் மாத்திரம் ஓம் காரத்தைச் சொல்லி காயத்ரீயை ஜபிக்க வேண்டும்.

(2) காயத்ரீ மந்திரத்தின் அடிகளைத் துண்டிக்காமல் சொல்லக்கூடாது; துண்டித்து மூன்று அடிகளைத் தனித்தனியாய்ச் சொல்ல வேண்டும்.

(3) ஜபம் செய்யும் பொழுது உயர்ந்த ஞானிகள் வருகை தந்தால் ஜபம் செய்வதைச் சில நேரம் வரை நிறுத்தி, அவருக்கு ஆசனம் தந்து, வணங்கி அவரின் யோக க்ஷேமங்களை விசாரிக்க வேண்டும்.

(4) குருக்கள் (ஆசான்கள்), கடவுளின் பக்தர்கள், கோயில், நீர்த்தேக்கம், அஸ்வஸ்த்த மரம் (அரச), அக்னி மற்றும் சூரியன் முதலியோரிடம் முதுகு காட்டி உட்கார்ந்து ஜபம் செய்யக் கூடாது.

(5) ஜபம் செய்யும் பொழுது நிந்திக்கும் பேச்சுக்களை விட்டு, மௌனம் (பேசாமலிருப்பது) முழுமையாக நடப்பில் கொண்டுவர வேண்டும்.

(6) சிரிக்கக் கூடாது.

(7) எந்தப் பதார்த்தத்தையும் பார்க்கக் கூடாது.

(8) கண்களை மூடி பகவானின் உருவத்தை மாத்திரம் தியானம் செய்ய வேண்டும்.

(9) வாயால் எந்தவொரு வகையான சத்தத்தையும் செய்யலாகாது.

(10) எந்தப் பதார்த்தத்தையும் தொடக்கூடாது.

(11) நடந்தவாறு ஜபம் செய்யலாகாது.

(12) அசையும் தன்மையுள்ள ஆசனத்தில் அமர்ந்து ஜபம் செய்யக் கூடாது.

(13) சுத்தமாயிருந்து ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(14) எண்ணிக்கை அடிப்படையிலேயே ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(15) கொட்டாவி விடக்கூடாது

(16) சோம்பல் முறிக்கக்கூடாது

(17) தூக்கத்தால் செயலற்றவனாகக் கூடாது.

(18) கோபம் முதலானவைகளுக்கு மனதில் இடமளிக்கலாகாது.

(19) அஜாக்கிரதையால் பேச நேர்ந்தால், விஷ்ணுவை நினைத்து மறுபடியும் ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(20) ஈரத்துணி உடுத்தி ஜபம் செய்யக்கூடாது.

(21) முடியாத நிலையில் ஈரத்துணியை 7 தரம் உதறிவிட்டு உடுக்க வேண்டும்.

(22) மந்திரத்தின் பொருளைச் சிந்தனை செய்யாமல் ஜபத்தைத் தொடங்கக் கூடாது.

(23) மும்முறை ப்ராணயாமம் செய்யாமல் ஜபத்தைத் தொடங்கக் கூடாது.

(24) ஜபத்தின் பின்பும் ப்ராணாயாமம் செய்ய வேண்டும்.

(25) ஜபத்தை பகவானுக்கு அர்ப்பணம் செய்ய மறக்கக் கூடாது.

(26) ஒரே பரமாத்மா, (சூரியனில் இருக்கும் நாராயணன்), காலை, மத்தியானம், சாயங்காலங்களில் முறையே காயத்ரீ, ஸாவித்ரீ மற்றும் ஸரஸ்வதீ என்ற பெயர் கொண்டு இருக்கிறானென்று பாவனை செய்ய வணேடும்.

(27) ருஷி, தேவதை மற்றும் ச₂ந்தஸ் இவற்றை அறியாமல் மற்றும் சொல்லாமல் ஜபம் செய்யக்கூடாது.

(28) முடிந்த வரையில் (வீட்டில்) கடவுளின் சன்னிதியில் அல்லது மாட்டுத் தொழுவத்தில், புண்யதீர்த்தக் கரைகளில், சமுத்ரக்கரையில், கோவில்களில், புனிதமான ஆஶ்ரமங்களில் குரு (ஆசான்) முன்னிலையில் ஜபிக்க வேண்டும்.

வீட்டில் ஜபித்தால் பலன் ஒரு பங்கு. நதியின் தீரத்தில் ஜபித்தால் பலன் இரு மடங்கு. பசு மாட்டுக் கொட்டிலில்

ஜபித்தால் பலன் நூறு மடங்கு. ஹோமம் செய்யும் இடத்தில் ஜபித்தால் பலன் ஆயிரம் மடங்கு. தேவாலயம், க்ஷேத்திரங்களில் ஜபித்தால் பலன் நூறாயிரம் மடங்கு. இவ்வாறு தர்ம சாஸ்திரம் கூறுகிறது.

(29) முடிந்த மட்டும் வயிற்றை மாசற்றதாகவும், இலேசானதாகவும் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.(அதாவது அஜீர்ணம் முதலிய தோஷங்களினால் மனதின் மன ஒருமை பாழாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்).

(30) துப்பக் கூடாது.

(31) எவ்வகைக் காரணத்தாலும் விரல்களைப் பயன்படுத்தித் தேகத்தின் மற்ற உறுப்புகளை அசையும் படி செய்தல் கூடாது

(32) ஜபம் மூன்று வகை - உச்ச (உரக்க), உபாம்ஶு (முணுமுணுப்பு) மற்றும் மானஸ (உள்ளம்). உரக்கமாய்ச் சொல்லி ஜபிப்பதற்குப் பதில், இரண்டாம் மனிதனுக்கு கேட்காதபடி, (உபாம்ஶு) தன் உதடுகளை மட்டும் அசைத்து மந்திரத்தை மெல்லச் சொல்லி ஜபித்தல் நல்லது. உபாம்ஶு ஜபத்தை விட மானஸஜபம் சிறந்தது. அதைப் புரிய முனைய வேண்டும்.

(33) சரீரத்தை வளைக்காமல், கோணல் செய்யாமல், நேர்மையாக (Straight) உட்கார்ந்து ஜபிக்க வேண்டும்.

(34) முழங்கால்களுக்கு வெளியே கை வைத்துக் கொண்டு ஜபிக்கக் கூடாது.

(35) தொப்புளுக்குக் கீழ் எந்த உறுப்பையும் தொடக்கூடாது. அஜாக்கிரதையால் தொட்டுவிட்டால் கையை அலம்ப வேண்டும். பிறகு விஷ்ணுவின் சிந்தனை செய்து மறுபடியும் ஜபத்தைத் தொடர வேண்டும்.

(36) எந்தத் தின்பண்டங்களையும் அல்லது பதார்த்தத்தையும் வாயில் வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.

(37) கைகள் காணாமலிருக்கும்படி மறைத்து, மற்றவர் பார்வையில் படாமல் ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(38) காலையில் கைகளை வயிற்றில் பிடித்தும் மத்தியான்னம் ஹ்ருதயத்தின் முன் கீழ் நோக்கி வைத்தும், சாயங்காலம் கைகளை முகத்திற்கு முன் வைத்தும் ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(39) தலைமேல் தொப்பி, தலைப்பாகை அல்லது வேறு துணியை போட்டுக் கொள்ளக்கூடாது.

(40) உடம்பில் சட்டை முதலிய துணிகளைப் போட்டுக் கொள்ளக்கூடாது.

(41) ஶிகா (குடுமி) தலைமுடிச்சு இல்லாமல் ஸந்தியாவந்தனம் செய்யக் கூடாது.

(42) தலைமுடியை முடிச்சு போட்டுக் கொண்டு ஜபத்தைத் துவக்க வேண்டும்.

(43) கால்களில் வலிமையில்லாத போது காயத்ரீயை உச்சரிக்கக் கூடாது

(44) கொசவம் (கச்சை) போட்டுக் கொள்ளாமல் ஜபிக்கக் கூடாது.

(45) மெத்தையின் மேல் உட்கார்ந்து கொண்டு காயத்ரீயை உச்சரிக்கக் கூடாது.

(46) சுத்தமில்லாததும் மற்றும் அழுக்கானதுமான உடையை உடுத்திக் கொண்டு என்றைக்கும் ஜபிக்கக் கூடாது.

(47) சுத்தமானதும் வெள்ளையானதுமான உடைகளை அணிந்து ஜபம் முதலிய நற்காரியங்களைச் செய்ய வேண்டும்.

(48) பூணூலைக் கையில் பிடித்து காயத்ரீ ஜபத்தை என்றும் செய்யக்கூடாது.

(49) கைவிரல்களின் கணுக்களைத் தொட்டுக் கொண்டு ஜபம் செய்ய வேண்டும்.

(50) மிகவும் நாள் கடந்த மற்றும் கிழிந்து போன பூணூலைத் தரித்து ஜபம் செய்யக் கூடாது.

(51) மனதில் பயம், துயரம் இருப்பின் ஜபிக்கலாகாது.

(52) ஜபம் செய்வதில் அன்பு தேவை. தான் ஜபம் செய்வதை மற்றவர் பார்த்து ஏளனம் செய்வாரென வெட்கப்படக்கூடாது.

(53) ஜபம் செய்யும் பொழுது தன் உடலை யாரும் பார்க்கக் கூடாது எனும் எண்ணத்தால், குளிர், காற்று, வெயிலினால் மனது கலங்காமலிருக்க, உடம்பின் மேல் உத்தரீயம் (மேல் துணி) போர்த்திக்கொண்டு ஜபம் செய்ய வேண்டும். சரீரத்தின் மேல் மேல்துண்டு இருப்பதால் ஒரு அதிருஷ்டமான, புண்ணியமான லாபமும் இருக்கிறது என்பது சாஸ்திரத்தின் கட்டளையிலிருந்து தெரிய வருகிறது.